

【実践報告】

食育と栽培を結ぶ保育実践

富永 美香* ・ 錦織 誠子** ・ 飯國佳代子**
川野 圭子** ・ 地下まゆみ*

キーワード：幼児 食育 栽培 いのちの育ちと食 食と人間関係 料理と食

1. はじめに

平成 17 年制定の食育基本法を踏まえ、平成 19 年に通知された「幼稚園における食育の推進についての通知」および平成 21 年に改訂された「保育所保育指針」は、保育の一環として食育を位置付け、就学前児への食育を重視している。上記通知では「幼児期からの適切な食事のとり方や望ましい食習慣の定着」を図ることへの配慮を定め、効果的な食育を行うことを求めている。

食育の内容として「保育所における食育に関する指針」（2004 年：厚生労働省）には、3 歳以上児について食と子どもの発達の観点から食育の 5 項目（①食と健康、②食と人間関係、③食と文化、④いのちの育ちと食、⑤料理と食）が設けられている。

子どもの活動は 1 つの項目に限られるものではなく、相互に関連しながら総合的な展開が求められる。本実践では食育の 5 項目のうち、「いのちの育ちと食」、「食と人間関係」および「料理と食」を連携した食育活動を行ったので以下に報告する。

2. 実践事例

2-1 栽培活動から料理と食について

栽培活動は「保育所における食育に関する指針」の「いのちの育ちと食」の項目に含まれる。この項目は「食を通じて、自らも含めた全ての命を大切にする力を養う」ことを目的としている。また、「食と人間関係」の項目は「食を通じて、他の人々と親しみ支えあうために、自立心を育て、人とかかわる力を養う」ことを、「料理と食」の項目は「食を通じて、素材に

*大阪大谷大学教育学部

**富田林市立錦郡幼稚園

目を向け、素材にかかわり、素材を調理することに関心を持つ力を養う」ことを目的としている。

本実践では、幼稚園で育てている、トマト、イチゴ、さつま芋の栽培に特化した食育を行い、子どもたちの様子を幼稚園教諭が観察し記録した。一連の活動のねらいは次の5点である。

- ・栽培物に愛着をもち、世話をする楽しさや喜びをもつ。
- ・栽培物の育ちに興味を持ち、不思議に思う力を育てる。
- ・疑問に思ったことを、人に聞いたり本で調べたりすることで自ら探求する力をつける。
- ・収穫への期待を高め、自ら料理して食べる喜びや、楽しさが感じられるようにする。
- ・親子で調理することで、親の支援をうけながらできることを増やす。

表1 栽培活動から料理と食までの活動内容

時期	活動内容
2016年5月9日	プチトマト（凛々子）の苗を植える
5月11日	いちご狩り
6月初旬	プチトマトの収穫
6月21日	大阪大谷大学で親子クッキング
10月26日	さつま芋ほり
10月27日	さつま芋ほりの絵画表現

2-2 幼稚園教諭による観察記録

各活動での子どもたちの様子と保育者の支援・環境構成をそれぞれ記す。

[5月9日 トマト（凛々子）の苗を植える]

- ・昨年度の経験を思い出し、「苗はチョキの指ではさんで持ってひっくり返すねん。」「やわらかいお布団の土にしてあげないとあかんなあ。」「腐葉土みたいな黒い土がいいで。」など、



写真1 土づくり



写真2 トマトの苗木を植える

トマトの苗を育てるために必要なことを自ら考える姿が見られた。トマトの苗の匂いを嗅いで「トマトの匂いがする。」と言ったり、「小さな毛みたいなのが生えてる。」と感覚を表現しようとする姿があった。

[保育者の支援・環境構成]

- ・ 苗の植え方や土作りなど今までの経験の中で知ったことを思い出せるように投げかける。
- ・ 視覚だけでなく、苗の匂いを嗅いだり、葉の手触りを確認したりと五感で感じ、表現しようとする姿をしっかりと受け止められるよう心掛ける。
- ・ 今年度の年長児は、嗅覚で感じる姿が多い。年少児の頃から「アップルミント」「レモンバーム」「ヨモギ」などの草花の香りを楽しみながらアップルミントティーを作って飲んだり、匂い袋を作って遊んだ経験が活かされている。

[トマトの育て方を考える]

- ・ トマトの育て方の本を参考にどのようにお世話したら良いかを話し合う。
- ・ 植木鉢を置く場所については、「風で倒れないようにしたほうがいい。」「お日さまが当たる所がいいよな。」「雨が当たる所もいいで。」などの意見があった。話し合った結果、お日さまや雨があたるところに場所をみんなで決める。
- ・ 「凛々子ちゃん広い所にお引越してくれてありがとうって言ってるなあ。」とつぶやく姿がある。
- ・ 水遣りの仕方については、柄杓を使って葉にかからないように水遣りをする H 児の姿があった。



写真3 育て方を皆で考える



写真4 葉に水がかからないよう水遣りをする

[保育者の支援と環境構成]

- ・子ども達の思いやつぶやきからトマト（凛々子）を育てるにあたって必要なことを導きだしていく。今までの経験から食物が育つのに水と日光が必要だということを子どもたちが感じていることが分かる。
- ・トマトに凛々子ちゃんという名前が付いていることで、より親しみをもってかかわろうとする姿が今年度も見られた。
- ・トマトの育て方の本に水遣りの時間や水遣りは葉にかからないようにあげることと書かれているのを凛々子ちゃん情報として伝える。
- ・今までの栽培活動の中で葉に直接水をかける子どもが多かったが、今後どこかのタイミングで根っこが水を吸って、吸い上げていくことに気付いてもらう機会を作ればと考える。また、食物が育つのに水・日光だけでなく土壌も大きく影響することに気付けるタイミングを今後見計らっていきたい。

[5月11日地域のHさんのイチゴ畑でイチゴ狩り]

- ・毎年、地域の方の御厚意でイチゴ狩りをさせてもらっている。年長児にとってHさんの畑でのイチゴ摘みは初めてであった。自分達も園でイチゴを育てているので心待ちにする姿があった。
- ・青々と茂った葉の横には、真っ赤なイチゴの実が付いているのを発見し、「真っ赤で大きいイチゴや。」と自分達が育てているイチゴとの違いを感じながら収穫する。「Hさんが作ったイチゴは赤いね。」「甘くて美味しい!」とその場で美味しく頂いた。
- ・子ども達の心を動かししたのは、イチゴ畑にいる沢山のテントウ虫だった。「ここにもいるよ。」「どうしてHさんのイチゴ畑にテンちゃん（テントウ虫）がいっぱいいるのかなあ。」と話す。
- ・Hさんに「Hさんのイチゴは甘くて美味しかった。」「どうやって赤くて甘いイチゴができたのか?」「どうしてHさんのイチゴ畑には、テントウ虫がいっぱいいるの。」など思いや質問をした。
- ・Hさんから「テントウ虫は受粉のお手伝いをしてくれているんだよ。」「受粉とはイチゴの花が結婚することでイチゴの花が結婚するとイチゴができるよ。」と教えてもらった。また、イチゴを育てている方の中には、ミツバチに受粉のお手伝いをしてもらうためにミツバチの家（巣箱）を置いている人もいることを知る。

[保育者の支援・環境設定]

- ・年長児にとって初めてのイチゴ狩り、感覚体験を揺り動かす貴重な体験になるのではと願い、子ども達が心を動かすタイミングをしっかりと見届けたいと考えていた。
- ・真っ赤で大きなイチゴとイチゴ畑に沢山いたテントウ虫に心動かす姿の背景として、自分達も幼稚園でイチゴを育てたことが影響している。カラスに食べられないようにネットや案山子を作った経験からのイチゴへの思い入れと、Hさんのイチゴ畑で甘くて美味しいイチゴを味わった体験が重なったのではと思われる。
- ・滝谷公園で見つけた謎の幼虫を育てるとテントウ虫だった経験から、テントウ虫への親近感を持ち、Hさんの畑にたくさんいたテントウ虫について興味をもち疑問がでてきた。自分達がイチゴを育ててきたことでHさんのイチゴと比較する姿が見られた。テントウ虫とイチゴの関係性に気付く良い機会であった。子ども達が感じたことに共感し、「Hさんのイチゴ畑にテントウ虫が沢山いるのは、どうしてなのかHさんに聞いてみるのもいいかもね。」と提案する。



写真5 イチゴ狩り



写真6 イチゴにいたテントウ虫

[いちご狩りから園に戻って]

- ・園に帰ってから保育室で飼育ケースに入っているテントウ虫を見つめるS児の姿があった。
- ・U児が「そら組にいるテントウ虫もイチゴハウスに離してあげようや。」と話す。U児の提案から「テントウ虫がお花に止まったらイチゴが結婚して赤くて大きいイチゴが生まれるかも。」とY児が話す。
- ・みんなで飼育ケースから自分達が育てているイチゴハウスにテントウ虫を離すことにした。「テンちゃん（テントウ虫）イチゴの花の結婚のお手伝いよろしくね!」とテントウ虫に話しかけながらテントウ虫を離す姿が見られた。
- ・赤いイチゴの実がなり、収穫出来た時は、「てんちゃん（テントウ虫）結婚のお手伝いあり

がとう！」とつぶやきながら食べる姿が見られた。

[保育者の支援・環境構成]

- ・ S 児の思いに共感する。
- ・ S 児の姿から、H さんのイチゴ畑での心動かされる体験と、H さんから教えてもらったお話しから何かを感じとっているように思われた。U 児は、自ら発見したりする姿はあるが、それを言葉で表現したりするのは自信がない。何か発信があるのかもしれないと見守ることにした。
- ・ 受粉のことを知るのがねらいではなくて、このことを知ったことでテントウ虫への見方やかわり方が変わったり、食物は、生き物たちとつながり合いながら生きているということを感じて欲しいと願う。今後は、このことが具体的に食育へとつながればと思う。
- ・ テントウ虫が受粉のお手伝いをしてくれることを知り、イチゴが実った時には、テントウ虫にも思いを寄せてイチゴを食べる姿が増えた。この姿を活かし、イチゴのランナーのことを知れるよう絵本「ポットくんとイチゴぐみ」を取り入れた。2 学期後半には、親株から少し離れた所に子株ができ、子株が大きくなると親株の葉は枯れてしまう様子を見て、「サツマイモの葉と同じやな。」と関連付けて考える姿があった。



写真 7 テントウ虫に話しかける



写真 8 広い場所へのイチゴの移植

[6 月 21 日 大阪大谷大学の学生と親子クッキング]

- ・ 6 月初旬にとれたトマトで、トマトソースを作る。
- ・ トマトソースを用いてピザを作る。
- ・ 自分で育てたトマトをソースにしてピザのトッピングを自分で選ぶ。
- ・ トマトソースの味について「酸っぱい。」「甘酸っぱい。」と感想を言う子どもや、ピザのトッピングの玉ねぎに「酸っぱい。」「生だと辛い。」と発言する様子がみられた。
- ・ 親子でピザのトッピングをして食べる様子から、家庭の様子がうかがえた。



写真 9 大学生との親子クッキング



写真 10 親子でピザ作り

[保育者（学生）の支援・環境構成]

- ・ピザの作り方についてデモンストレーションを行う。
- ・検食として、トマトソース等を冷蔵庫で保管しておく。
- ・親と子どもが主体となって調理できるように、支援は必要最小限（オーブンの使用のみ）とした。

〈学生の感想〉

- ・保護者の方が「ゆっくりとこんなことをする機会がなかった。」と仰っていたのを聞いて、親子で料理を楽しむ時間を作ることは大切だと思った。
- ・子どもがピザでお母さんの顔を作った時、全部笑顔だったのが印象的だった。
- ・作ったピザを交換して食べていて、家庭での様子が表れていた。
- ・子ども達が「料理をしている」と実感しながら作り、食べた時に「美味しい」と笑顔で言っていた様子が良かった。
- ・「自分で作る」ということは、子ども達にとって普通の食事とは違う楽しみがあると思った。
- ・自分で栽培したトマトを収穫し、保護者と一緒に料理し一緒に食べるという一連の流れは簡単に経験できるものではないので、子どもたちにとって良い経験になったのではないかと考えた。

[10月26日サツマイモ掘り]

- ・園の畑で育てていたサツマイモを掘る。

年長児は、昨年度の経験を思い出している様子が伺えた。サツマイモの葉を見て、「なんかシワシワになってるけど大丈夫かな。」「この下にお芋なってるのかなあ。」などと植えた当初に比べて葉の色や形が変化している様子に気付いている。

- ・ O 児が「急に掘ったら虫さんたちびっくりすると違う。」とつぶやく。周りの子ども達も O 児の思いに共感し、土の中の生き物に「今から掘らせてもらいます。」と声をそろえて伝えることにした。
- ・ 雨上がりであったので根っこが切れることなくツルとつながったままで大きなサツマイモを収穫することができた。「こんなにつながってるでー。」「土の中でこんなふうになってたんかー。」「いろんな形があるな。」「焼き芋にしたらおいしそう。」「お味噌汁がいいかな。」「やっぱり幼虫いた。土の中に戻してあげよう。」など、様々な発言があった。
- ・ サツマイモをふかして食べる。

[保育者の支援・環境構成]

- ・ 葉の変化に気づき、自分の思いや考えを言葉で伝えようとする姿が見られた。
- ・ 土の中で生活する生き物たちに、思いを寄せる O 児の感性に共感して広げる。
- ・ 植えた時の苗の様子を思い出し、どのように生長したのか考える姿が見られた。
- ・ サツマイモ収穫の中でも子ども達が心動かす所は、根っこの様子、サツマイモの形などそれぞれ違うと思われる。個々の思いをしっかりと汲み取れるようにする。
- ・ 採れたての旬のおいしさを味わえるよう、サツマイモをふかして食べる。感動体験と収穫の喜びがあるからこそ食への意欲にもつながると、普段偏食の多い K 児の姿から感じる。

[10月27日 サツマイモ掘り 絵画表現]

- ・ 大きなサツマイモが掘れたことに感動する姿が多く見られたので協同画を行う。
今年は、ツルに大きな芋がついていたことに心を動かされたのだと絵画表現から感じる事ができた。
- ・ サツマイモの紙芝居を読む。ツルが切れたら大きくなれない、葉から栄養を送る、サツマイモが生長したら葉の色が変わるということを学んだ。
- ・ 紙芝居から知ったことと体験したことを関連付けて考えたり、それを絵画で表現する姿があった。
- ・ サツマイモを描くだけでなく、日光を描いたり、根っことサツマイモがつながっていたり、根っこから水が吸い上がっていく様子を描くなどつながりを感じて表現する姿があった。



写真 11 共同画を行う



写真 12 土の中のさつまい

3. まとめと考察

実施した活動の内容には「いのちの育ちと食」、「食と人間関係」および「料理と食」の3つの項目があるが、これらが栽培活動や親子クッキングをする中で繋がってくることが分かった。

栽培活動や食育をする際、基本的には事前に立てた計画に沿って進める。野菜を自分で栽培して調理し、その時に感じたことや体験したことを共同画を作成するといった表現活動を通して、子どもたちの感性はより磨かれる。しかし、ときに子どもたちは保育者が想定していなかったことを感じ、行動することがある。保育者には、事前に立てた計画に縛られず、子どもたちが体験した事柄について自ら探求し、疑問に対する答えを導き出せるように柔軟に計画を変更し、支援する能力が求められる。子ども達の心の動きを理解し、何を表現しようとしているかを受け止めることで、豊かな感性を育てるためにはどのような支援が有効なのかが明確になるであろう。

保育者が年間保育計画を立てる際、栽培計画を立て、その作物をどのように食するかを考える。調理する場合は調理計画を作成する。しかし、先に述べたように、子どもの感性に合わせて保育計画を臨機応変に変更するためには、栽培方法、食材について、衛生管理、調理に関しでの豊富な知識が必要である。今回の活動から、栽培と食育を結ぶ保育者として活躍するためには、大学の養成課程で、それらを学ぶ科目の設置が必要であることが示唆された。

謝辞

今回の食育活動にご協力いただきました錦郡幼稚園の職員の皆さま、園児とその保護者の皆さま、学生諸氏に心から御礼申し上げます。

引用・参考文献

- 1) 保育所における食育計画研究会編『保育所における食育の計画づくりガイド』財団法人児童育成協

食育と栽培を結ぶ保育実践

会 児童給食事業部発行, 2008 年 3 月

- 2) 厚生労働省『保育所における食育に関する指針』2004 年
- 3) 『幼児教育におけるカリキュラム・デザインの理論と方法』風間書房, 2014 年 4 月
- 4) 幼児期の食育実践 栽培からクッキング保育まで 3 大阪大谷大学教育学部 幼児教育実践研究センター紀要 7 号 2017 年 3 月